

2021年度 弘前地域生協健やか隊員研修報告

開催日時:2021年 12月18日(土) 9:20~12:45

開催場所:弘前市健康未来イノベーションセンター

参加

弘前会場:コープあおもり9名、津軽保健生協5名、弘前大学生協8名 計22名

スケジュール

9:20 オリエンテーション

9:30 健康教養 ヘルスリテラシーについて

弘前大学大学院医学研究科 三上達也 教授

10:30 健康・体力測定

体組成、立ち上がり、骨密度、血圧

弘前大学大学院医学研究科 植村望 助教

12:05 健康教養 口腔衛生と健康

青森県歯科医師会 地域保健委員会 天内孝昌 委員

12:35 修了証授与

青森県医師会 健やか力推進センター 中路重之 センター長

受講生代表

弘前大学生協:永田彩夏さん

■概要

- ・青森県医師会健やか力推進センターのご協力で、弘前地域での健やか隊員研修を開催しました。新型コロナウイルス対策として、本来であれば終日行う研修は半日分の時間に短縮して行いました。
- ・会員生協の組合員、職員を中心に再受講も含め、合計22名の参加がありました。新たに生協健やか隊員「グリーン隊員」となった方は7名、2回目以降の受講や測定経験者で「ブルー隊員」となった方は3名でした。
- ・研修では健康についての基本的な教養、特に青森県の短命県返上へ向けた取り組みについて学び、その後は実技として体組成計、骨密度などの測定を実際に行いました。また、青森県医師会地域保健委員会のご協力で、歯と口の健康と全身の健康についての講義も行われました。
- ・測定実習はグループに分かれ、計る人計られる人を順番に行う形で、測定方法を学びました。各グループでは既に測定経験のある先輩隊員がリーダーを務めました。
- ・青森県生協連が取りまとめる「生協健やか協力隊員」と、青森県医師会健やか力推進センターが取りまとめる「健やか協力隊員」のそれぞれの制度について、「生協健やか隊員」の隊員区分についての説明を事務局から行いました。
- ・受講者代表として弘前大学生協の永田彩夏さんが、中路先生から隊員研修の修了証を授与いただきました。その後永田さんから、現在弘大生協で取り組んでいる食育の活動を紹介しながら、今回の研修で学んだことを活かし、学生の時期から健康に関心を持ち、行動変容ができるような活動をさらに進めたいとの挨拶がありました。

